

Entrenador: José Antonio Ciriza E.

Lugar: Estadio español chiguayante

	ENERO DEL 2024																															
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31		
	semana 1						semana 2							semana 3							semana 4							semana 5				
Mes de Marzo	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M		
DAMAS																																
Natalia Bozzo																																
Magdalena Muñoz																																
Mónica Escalona		X		X	X			X	X									X	X		X	X			X	X	X	X				
TOTAL DIARIO		1		1	1			1	1									1	1		1	1			1	1	1	1			TOTAL	
	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M	J	V	S	D	L	M	M		
VARONES																																
Julián González																																
Jesús García																																
Clemente García																																
Renato Bolleli																																
Cesar Riquelme																															TOTAL	
TOTAL DIARIO																															0	

Entrenamiento personalizado individual.
Entrenamiento en doble jornada/Doble turno
Concentración
Entrenamiento individual



Lugar: Estadio español chiguayante

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29
--	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

Entrenamiento personalizado individual.
Entrenamiento en doble jornada/Doble turno
Concentración
Entrenamiento individual

